

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 10 月份餐點表

115.9.24 公告

日期	星期	早點	午餐					午點	餐點類別檢核				
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		水果	1 全穀 根莖類	2 豆魚肉 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
1	四	葡萄乾吐司 牛奶	什錦蘿蔔粥			香滷豆乾		時令水果	酸辣湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1. 2. 3			2		4	1. 2. 3	✓	✓	✓	✓
2	五	綠豆仁西米露	糙米飯	絲瓜燴魚板	炒冬粉	時令蔬菜	薑絲蛤蜊湯	時令水果	地瓜餅 洛神花茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	1. 3	3	2. 3	4	1. 4	✓	✓	✓	✓
5	一	鮮菇麵線	白米飯	胡蘿蔔炒蛋	蠔油鮮菇	時令蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	蘑菇濃湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1	2. 3	3	3	2. 3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
6	二	小米甜粥	香味肉羹麵			涼拌時蔬		時令水果	蔬菜粿條	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2			3		4	1	✓	✓	✓	✓
7	三	南瓜饅頭 豆漿	五穀飯	油豆腐滷肉	菜脯蛋	時令蔬菜	酸菜結湯	時令水果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	2. 3	3	3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
8	四	什錦粥	鮮蔬肉絲炒麵				魚丸湯	時令水果	白煮蛋 冬瓜露	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3				1. 2	4	2. 3	✓	✓	✓	✓
12	一	銀絲卷 牛奶	白米飯	瓜仔蒸肉	魷仔魚炒蛋	時令蔬菜	金針湯	時令水果	麵線羹	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2. 3	2	3	3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
13	二	絲瓜粥	肉燥乾麵				紫菜蛋花湯	時令水果	小刈包 桂圓茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2				2. 3	4	1. 4	✓	✓	✓	✓
14	三	米苔目	五穀飯	麻婆豆腐	素炒豆莢	時令蔬菜	青菜肉絲湯	時令水果	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1	2	2	3	2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
15	四	鮮奶吐司 米漿	豬肉紅燒麵					時令水果	蔬菜湯餃	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1. 2. 3					4	1. 2. 3	✓	✓	✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。



宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 10 月份餐點表

115.9.24 公告

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		1 全穀 根莖類	2 豆蛋 奶類	3 肉魚 蔬菜類	4 水果類
16	五	滑蛋粥	糙米飯	鮮菇燴蛋	蒜炒肉絲	時令蔬菜	番茄蛋花湯	時令水果	豆沙包 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	2.3	3	2.3	4	1	✓	✓	✓	✓
19	一	地瓜饅頭 牛奶	白米飯	滷肉	醬燒乾丁	時令蔬菜	鮮蔬湯	時令水果	冬粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2	2	3	3	4	1.3	✓	✓	✓	✓
20	二	玉米鹹粥	香味大滷麵					時令水果	原味蛋糕 紅棗茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1.2.3					4	1.2.4	✓	✓	✓	✓
21	三	絲瓜麵線	五穀飯	醬燒丸子	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	瓠瓜排骨湯	時令水果	麵疙瘩	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1	1.2	2.3	3	2.3	4	1.3	✓	✓	✓	✓
22	四	雞蛋吐司 米漿	肉絲蛋炒飯				大骨竹筍湯	時令水果	八寶湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1.2.3				2.3	4	1.4	✓	✓	✓	✓
23	五	黑糖饅頭 牛奶	白米飯	蔥香肉燥	炒三色	時令蔬菜	虱目魚丸湯	時令水果	米粉羹	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	3	3	1.2	4	1.3	✓	✓	✓	✓
27	二	滑蛋什錦羹	高麗菜雞肉粥			涼拌豆干		時令水果	芝麻卷 枸杞木耳茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2.3	1.2.3			2		4	1.4	✓	✓	✓	✓
28	三	鮮奶饅頭 豆漿	五穀飯	梅乾菜滷肉	蒜香魷仔魚	時令蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	烏龍麵	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	2.3	3	3	4	1.3	✓	✓	✓	✓
29	四	馬鈴薯濃湯	鮮蔬肉片湯麵					時令水果	花卷 桂圓茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1.2.3					4	1.4	✓	✓	✓	✓
30	五	瘦肉粥	糙米飯	番茄燴蛋丁	肉卷	時令蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	小餐包 養生茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	1.2	3	2	4	1.4	✓	✓	✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

